

# Guia do Acampante

JANEIRO 2021



NOME: \_\_\_\_\_

CÓDIGO: \_\_\_\_\_ ÔNIBUS: \_\_\_\_\_

TURMA NR: \_\_\_\_\_ POLTRONA: \_\_\_\_\_

Kids  Teens



# PARABÉNS PELA ESCOLHA

## Seja bem vindo ao NR!

Este Guia do Acampante foi feito especialmente pensando nas dúvidas e nos pontos mais importantes para que a estada no NR seja muito prazerosa e bem aproveitada. **É fundamental que seja lido com atenção, uma vez que é parte integrante do contrato de prestação de serviços para a temporada de férias.**

Com a maior e mais completa infraestrutura da América Latina, o NR oferece 5 refeições diárias e as mais divertidas opções de lazer, em seus dois resorts.

Os monitores são criteriosamente selecionados e formados para compor a melhor equipe de monitoria do Brasil, que estará com o acampante em todos os momentos, tornando inesquecível sua estada no NR.

As ações de todos os acampantes do NR devem sempre buscar a preservação da vida, da natureza e da infraestrutura que estará à disposição para proporcionar a todos férias inesquecíveis. Não é permitido o consumo de bebidas alcoólicas, fumo ou drogas de qualquer espécie.



















Caso haja interrupção da temporada por qualquer motivo, o acampante **não** terá direito a qualquer tipo de devolução referente aos dias não gozados no acampamento. Caso haja necessidade particular de ida e a volta de um acampante durante a temporada, as viagens ficarão sob a responsabilidade dos responsáveis. Isto só será permitido em casos muito especiais, mediante autorização da direção do NR.



**ferias.nr.com.br**

+55 (11) 99265.8314 | +55 (11) 97128.7488 | [ferias@nr.com.br](mailto:ferias@nr.com.br)

# ÍNDICE

	ATIVIDADES .....	4
	O QUE LEVAR? .....	5
	ROUPAS PARA AS FESTAS .....	6
	IDENTIFICAÇÃO DE PERTENCES .....	6
	SERVIÇO DE LAVANDERIA .....	7
	OBJETOS DE VALOR .....	7
	OBJETOS PERDIDOS .....	7
	SERVIÇO DE CANTINA .....	8
	COMUNICAÇÃO POR E-MAIL .....	9
	ANIVERSARIANTES .....	9
	FOTOS E VÍDEOS .....	10
	TURMA NR .....	11
	INTERRUPÇÃO DA TEMPORADA .....	11
	CONDUTA .....	11
	SAÚDE DO ACAMPANTE .....	12
	DEPARTAMENTO MÉDICO .....	12
	SEGURO VIAGEM .....	13
	EMBARQUE E DESEMBARQUE .....	14



As atividades do NR são executadas seguindo padrões e normas de segurança. As regras e normas das atividades devem ser rigorosamente seguidas pelos acampantes para que tenham uma estada tranquila e um ótimo aproveitamento da viagem. Senhores responsáveis: por favor informem na Ficha de Saúde as atividades que seu(sua) filho(a) não está autorizado(a) a participar. Durante as temporadas são realizados torneios esportivos com premiações para os primeiros colocados. A participação é **sempre facultativa**.



## ATIVIDADES ESPORTIVAS

futebol / vôlei / tênis / basquete / futebol americano / taco / +



## ATIVIDADES AQUÁTICAS

caiaques / piscinas / pescaria / polo aquático / toboágua / ofurô / stand up paddle / +



## ATIVIDADES RECREATIVAS

gincanas / baladas / festas temáticas / ping-pong / pebolim / +



## ATIVIDADES CULTURAIS

teatro / dança / sala de arte / marcenaria / revista / culinária / +



## ATIVIDADES DE AVENTURA

tirolesa / slackline / parede de alpinismo / hover board / trilha / +



## OUTRAS ATIVIDADES

touro mecânico / cama elástica / skate / zoológico de répteis / fotografia / bicicleta / +

\* as atividades / programação estão sujeitas a alterações sem prévio aviso. Algumas atividades são exclusivas de determinada unidade.

# O QUE LEVAR?



A quantidade de itens a serem levados é para toda a temporada e pedimos não exceder a quantidade sugerida. Para os períodos de 14 ou 21 dias basta aumentar um ou dois itens no vestuário diário, pois temos serviço de lavanderia.

**ATENÇÃO:** Sugerimos que roupas, calçados, objetos e acessórios que forem levados pelo acampante sejam de baixo valor, visto que o NR não arcará com o custo de nenhum tipo de peça caso ocorram perdas, danos ou extravios.

**Dica NR:** Utilize as caixas ao lado de cada item de "O que levar?" para "ticar" os itens providenciados para a viagem.

## CAMA

- 1 cobertor quente
- 1 fronha
- 1 jogo de lençol por semana\*
- 2 pijamas

## PARA USO PESSOAL

- 1 lanterna com pilhas
- 1 saco para roupa suja
- sabonete e saboneteira
- creme dental
- escova de dentes
- desodorante
- shampoo e condicionador
- pente/escova de cabelos
- protetor solar fator 30
- manteiga de cacau
- capa de chuva
- secador de cabelos (220v)
- 7 máscaras laváveis

## BANHO E PISCINA

- 2 toalhas de banho
- 1 toalha de rosto
- 1 par de chinelos tipo "havaianas"
- 1 toalha para piscina
- 1 roupão (opcional)
- 2 maiôs, biquínis ou sungas
- 1 touca de banho

## VESTUÁRIO DIÁRIO

- 8 camisetas
- 2 pares de tênis
- 8 pares de meias
- 4 calças compridas
- 4 blusas
- 6 shorts ou bermudas
- 1 boné
- Roupas velhas para trilha
- 1 par de chuteiras (opcional)
- 6 ou + Calcinhas /soutiens ou cuecas

**Somente no Teens:** Raquetes e bolinhas de tênis podem ser levadas (devidamente identificadas)

**Voltagem:** 220V

(\*) Em caso de enurese noturna aumentar a roupa de cama e enviar forro de colchão. O NR emprestará travesseiros aos acampantes.

## ROUPAS PARA AS FESTAS



<input type="checkbox"/>	<b>KIDS</b> NR - Sapucaí-Mirim 11 a 17/1	<b>FESTA DO BRANCO</b>	Roupas brancas para celebrar o começo de ano!
<input type="checkbox"/>	<b>KIDS</b> NR - Sapucaí-Mirim 18 a 24/1	<b>BAILE DO HAVAÍ</b>	Colares, roupas coloridas e sandália
<input type="checkbox"/>	<b>TEENS</b> NR - Santo Antônio do Pinhal 11 a 17/1	<b>BLOCO DO TANGARÁ</b>	É carnaval não esqueça de levar sua fantasia, terá muito confete e serpentina.
<input type="checkbox"/>	<b>TEENS</b> NR - Santo Antônio do Pinhal 18 a 24/1	<b>FESTA DA VIRADA</b>	Roupas brancas para celebrar o começo de ano!

### OUTROS TRAJES:

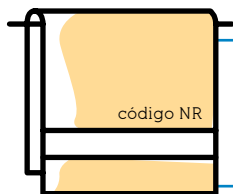
- Café da manhã do pijama:** Um pijama bem legal, pantufa ou chinelo.
- Almoço das torcidas:** Camiseta do seu time do coração.
- Zim Color:** Camiseta branca.
- Rali na Lama (Kids):** Roupas e tênis velhos.

## IDENTIFICAÇÃO DE PERTENCES



A organização do NR fornecerá um código único e intransferível para o acampante identificar adequadamente suas roupas e objetos pessoais, sendo isso de extrema importância para evitar extravios.

Sugerimos abaixo, os locais adequados e uso da caneta para tecido ou etiqueta termo adesiva. (Para eficácia da ação, marque as roupas com, no mínimo, 24 horas de antecedência do embarque).

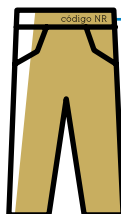


Identifique as toalhas, lençóis e fronhas.



Os calçados devem ser marcados na parte interna.

Escreva o código do acampante nas etiquetas das camisetas, camisas, malhas e agasanhos.



Colocar o código NR nos shorts, bermudas, cuecas, calcinhas, calças e maiôs também.

## SERVIÇO DE LAVANDERIA



O serviço de lavanderia que o NR oferece é diário e não tem custo adicional. Sugerimos que roupas delicadas (tecidos finos, decoradas com pedras, etc.) não sejam enviadas para lavagem. A lavanderia do NR possui equipamento industrial e não nos responsabilizaremos por eventuais danos que possam acontecer a essas roupas.

**ATENÇÃO:** Não são lavadas roupas grossas, pesadas (casacos, roupa de cama, etc.) e roupas sem marcação.

## OBJETOS DE VALOR



Jóias, relógios, telefone celular, ipod e similares não são usados na temporada no NR e não devem ser levados. Caso isso ocorra, o NR não se responsabilizará pelos mesmos.

Se levado, o telefone celular será recolhido ao chegar e devolvido somente na hora do embarque de retorno.

**ATENÇÃO:** Não levar patins, skate e similares.



## OBJETOS PERDIDOS



Os objetos esquecidos e localizados estarão disponíveis durante o período de **19/2 até 29/3/21** no escritório NR em SP. Entre em contato através dos telefones: **+55 (11) 99265.8314 | +55 (11) 97128.7488** ou **ferias@nr.com.br**. Após esta data serão doados a entidades beneficentes.

**ATENÇÃO:** O NR **NÃO** arcará com custo de nenhum tipo de vestimenta ou objetos caso ocorram perdas, danos ou extravios.

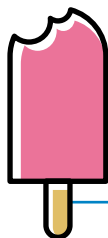
## SERVIÇO DE CANTINA



Caso o responsável deseje, o acampante poderá utilizar a Cantina NR durante a temporada de férias.

Para isto basta acessar o link [www.cantinanr.com.br](http://www.cantinanr.com.br) e seguir as instruções.

O valor autorizado terá como objetivo cobrir eventuais gastos com:

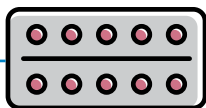


Consumo de refrigerantes, sucos, doces, sorvetes, etc.

Aquisição de material de uso pessoal (pilhas, escova de dentes, absorventes, etc.)



Medicamentos de uso individual e contínuo.



Eventuais lembranças da boutique (chaveiros, bonés, camisetas, etc.)



Portanto não é necessário levar dinheiro ao NR. Caso isso ocorra o mesmo será recolhido no primeiro dia e entregue ao final da temporada quando do retorno do acampante.

Ao final da temporada serão comunicadas as despesas efetuadas.

O consumo de alimentos, guloseimas, chocolates e outros somente poderá ser feito a partir do serviço da cantina, para que se preserve a segurança alimentar dos acampantes.

Portanto, solicitamos que o acampante não leve produtos que não sejam os que irá consumir durante a viagem de ida ao NR. Caso isso ocorra o excedente será guardado durante a temporada e devolvido no momento do embarque de retorno.

**ATENÇÃO:** Maiores detalhes poderão ser encontrados no endereço:  
[www.cantinanr.com.br](http://www.cantinanr.com.br)



## COMUNICAÇÃO POR E-MAIL



O sistema de envio de e-mails para o NR, passa por nosso próprio servidor, o que significa que todos os e-mails devem ser enviados para os endereços discriminados abaixo na tabela, seguindo todas as orientações descritas.

E-mails enviados para outros endereços, que não estes da tabela, não serão entregues ao(s) acampante(s).

Temporada	Data	Enviar para
Kids	11 a 24/1	<b>kids@nr.com.br</b>
Teens	11 a 24/1	<b>teens@nr.com.br</b>

### Orientações para Envio:

- No "assunto" da mensagem colocar: **CÓDIGO / NOME**  
(Ex: 12345 - Francisco Santos)
- **NÃO SERÃO RECEBIDAS MENSAGENS COM ANEXO**
- O tempo de trânsito do documento é de 24 horas devido ao fato de estarmos localizados em uma região com forte oscilação no sinal de internet.
- O recebimento e envio de e-mails não são cobrados.

**ATENÇÃO:** Telefonemas não são permitidos, exceto autorizados pela direção do NR.

## ANIVERSARIANTES



Aniversários que ocorrerem durante a temporada serão comemorados no NR em momento específico da programação.

No dia do aniversário, o acampante poderá receber telefonema dos familiares nos seguintes horários: **10h / 16h / 20h**. Nos demais horários, o acampante estará em atividade.

**ATENÇÃO:** Não serão permitidas visitas.



Os familiares poderão acompanhar a programação pelo **Fotos e Vídeos** via internet através do nosso site **www.nr.com.br**.

O **Fotos e Vídeos** é um espaço onde você terá acesso a fotos, vídeos e relatos do dia dos nossos acampantes em nossas duas unidades.

Nesta área você terá a opção de ver o que está rolando no acampamento separado por dia. Em cada post você encontrará o link que redirecionará para o álbum do evento.

Caso queira acessar diretamente:

Vídeos e notícias: **nr.com.br/diario-de-bordo**

Fotos: **nr.fotop.com.br**

## FOTOS - 1º PASSO

Selecione a temporada e clique:



## FOTOS - 2º PASSO

Todas as fotos da temporada aparecem ao selecionar o álbum. É possível filtrar as imagens por categorias, data e/ou reconhecimento facial:



## FOTOS - 3º PASSO

É possível comprar a foto em alta resolução.



## VÍDEOS E NOTÍCIAS

Selecione a temporada desejada e clique:



OBS: A comercialização das fotos é de responsabilidade da Fotop. Informações e dúvidas: [fotop.com.br/fotos/paginas/contato](http://fotop.com.br/fotos/paginas/contato)

## TURMA NR



O NR é a oportunidade perfeita para criar novas amizades e desenvolver o convívio social. Ir com amigos já conhecidos é ótimo, mas poder conhecer novos é ainda melhor.

**O acampante deve estar aberto para esta oportunidade!**

Se mesmo assim ainda quiser ficar no mesmo quarto/chalé que um amigo, terá que optar pela Turma NR através do nosso portal [www.portalnr.com.br](http://www.portalnr.com.br), até uma semana antes do embarque.

**IMPORTANTE:** Os pedidos somente serão aceitos pelo Portal NR e se estiverem de acordo com as normas estabelecidas. Estas normas estão descritas no portal. Consulte!

Não haverá possibilidade de fazer Turma NR para quem não fizer uma temporada completa.

## INTERRUPÇÃO DA TEMPORADA



Havendo a interrupção da temporada, por qualquer motivo, o acampante não terá direito a qualquer tipo de devolução referente aos dias não gozados no acampamento. Caso haja necessidade particular de ida e/ou volta de um acampante durante a temporada, as viagens ficarão sob responsabilidade dos responsáveis. Isto só será permitido em casos muito especiais, mediante autorização da direção do NR.

## CONDUTA



As ações no NR devem sempre buscar a prática saudável do esporte, preservação da vida, da natureza e da infraestrutura que estará à disposição para proporcionar a você e a seus amigos uma estada inesquecível. Não é permitido o consumo de bebidas alcoólicas, fumo ou drogas de qualquer espécie.

## SAÚDE DO ACAMPANTE



A Ficha de Saúde é um documento extremamente importante e se não preenchido na íntegra, impedirá que a inscrição seja efetuada.

No caso de necessidade de alteração de algum dado na ficha de saúde, após inscrição já realizada, favor contatar nossa Central de Atendimento: +55 (11) 99265.8314 | +55 (11) 97128.7488.

**ATENÇÃO:** Recomendamos fortemente a verificação de vacinas, visando o bem estar do acampante e demais.

Somente deverão embarcar para o NR, crianças que estiverem em perfeito estado de saúde no dia do embarque. Qualquer dúvida poderá ser esclarecida com o departamento médico do NR. No caso de ocorrência de doença contagiosa ou de caráter severo durante o acampamento, os responsáveis serão contatados e deverão buscar o acampante na temporada.

## DEPARTAMENTO MÉDICO



O NR possui departamento médico que conta com enfermagem e um médico em período integral.

A enfermaria dispõe de medicamentos de uso geral bem como materiais para pequenos curativos.

Serão cobrados materiais e medicamentos específicos, se utilizados continuamente durante a temporada.

O acampante não poderá ter medicamentos em seu poder.

Medicamentos específicos que o acampante tenha que tomar durante sua estada, deverão ser identificados e entregues à enfermeira, no local de embarque, ou no escritório do NR na semana que antecede o embarque, contendo por escrito as orientações sobre sua administração.

**ATENÇÃO:** medicamentos que requeiram prescrição médica serão ministrados somente se acompanhados da receita médica.



Todo acampante terá a seu dispor um serviço de assistência médica, que cobrirá eventuais custos com **acidentes** no período em questão.

O serviço de assistência médica não cobrirá despesas no caso de:

- Tratamentos clínicos não decorrentes de acidentes (ex.: gripe, inflamação de garganta, alergias, etc.)
- Tratamentos e serviços suplementares executados em função de acidentes gerados por infração do acampante às regras gerais e normas de segurança do acampamento.
- Tratamento de moléstias ou estados patológicos provocados pela ingestão de drogas, entorpecentes ou psicotrópicos, uso de bebidas alcoólicas ou remédios sem receita médica.
- Tratamentos e serviços suplementares ocasionados na origem da viagem (Preexistência)
- Tratamentos e serviços suplementares executados após o término da viagem, mesmo que em continuidade ao tratamento iniciado no NR.



## DATAS E HORÁRIOS

EMBARQUE			
Temporada - local - data	Dia - horário		Local de embarque
<b>Kids</b> NR Sapucaí-Mirim - 11 a 17/1	11/1 - segunda	8h30	Center Norte
<b>Kids</b> NR Sapucaí-Mirim - 18 a 24/1	18/1 - segunda	8h30	Center Norte
<b>Teens</b> NR Sto. A. do Pinhal - 11 a 17/1	11/1 - segunda	8h45	Center Norte
<b>Teens</b> NR Sto. A. do Pinhal - 18 a 24/1	18/1 - segunda	8h45	Center Norte

DESEMBARQUE			
Temporada - local - data	Dia - horário		Local de embarque
<b>Kids</b> NR Sapucaí-Mirim - 11 a 17/1	17/1 - domingo	11h30	Center Norte
<b>Kids</b> NR Sapucaí-Mirim - 18 a 24/1	24/1 - domingo	11h30	Center Norte
<b>Teens</b> NR Sto. A. do Pinhal - 11 a 17/1	17/1 - domingo	12h	Center Norte
<b>Teens</b> NR Sto. A. do Pinhal - 18 a 24/1	24/1 - domingo	12h	Center Norte

## LOCAIS DE EMBARQUE E DESEMBARQUE

Os embarques e desembarques normalmente acontecem no Shopping Center Norte. Enviaremos por e-mail às vésperas dos eventos, um boletim com detalhes sobre estas operações. **Certifique-se de que seu e-mail está atualizado no cadastro do NR, bem como sua caixa de SPAM.**

Guichês estarão disponíveis dentro do Shopping para o pagamento do estacionamento.

**ATENÇÃO:** Em caso de dúvidas, ligue para +55 (11) 99265.8314 | +55 (11) 97128.7488.

## INFORMAÇÕES IMPORTANTES



Deverão estar no local do embarque o acampante juntamente com o responsável, com antecedência mínima de 30 minutos. **A tolerância para o embarque é de 15 minutos**, após a tolerância os presentes seguirão viagem à unidade de destino.

---



Os remédios devem ser entregues para a enfermeira da unidade no local do embarque.



Todas as malas seguirão nos respectivos ônibus dos acampantes.

---



Para identificação de malas utilize o TAG de mala para identificação. **As meninas devem identificar suas malas com as fitas vermelhas distribuídas pelo NR.**

---



Sugerimos que o acampante leve um lanche para a viagem de ida, pois não há parada programada.

---



Dúvidas e outras informações acesse o nosso site **www.nr.com.br** ou ligue para **+55 (11) 99265.8314 | +55 (11) 97128.7488**.

---



Em caso de atraso, por qualquer motivo, fica por conta da família o transporte do acampante até a unidade.

---



Os acampantes que forem levados diretamente ao acampamento deverão chegar até as 13h e serão recepcionados na portaria, onde deverão ser deixados pelos responsáveis.



**FEITO COM SUCO DE FRUTA  
DE VERDADE, VITAMINAS  
E EXCLUSIVA TAMPA  
ABRE E FECHA.  
ISSO É BEEEM FRUIT SHOOT!**



**COM VITAMINAS B6, D, B12 E ZINCO.**

